

ほけんだより5月

令和4年5月10日
川口市立芝西中学校
陽春分校 保健室

ゴールデンウィークは ゆっくりと体を休められましたか？ ゴールデンウィーク明けは 心と体の疲れが出てやすい時期です。睡眠を多めにとり、好きな遊びで楽しむ、おいしいものを食べる…緊張をゆるめリラックスできる時間をつくりましょう。いろいろなことを「頑張るとき」と同じように「ひと休みするとき」も大切にしてくださいね。

5月11日(水)は尿検査です!



尿検査では 腎臓や尿の通り道に 異常がないか、糖尿病という病気がないかを調べます。

★ 配布したもの：①茶色の袋 ②プラスチックコップ ③スポイト ④採尿管

茶色の袋と採尿管に 名前が貼ってあります。自分の名前が書かれているか確認しましょう。↓
間違いがあれば 赤のボールペンで 訂正してください。

尿検査キットをなくさないよう 注意してください。

※前日は ビタミンCの入ったジュースや薬を 飲まないでください。

※前日の夕食後は 激しい運動を しないでください。

※前日は 寝る前にトイレをすませ、忘れないよう 道具をトイレに 置いておきましょう。

川口市立芝西中学校陽春分校
年・組
番号
上 名前 OOOOO 下
バーコード

★ やり方

- 11日(水)の朝おきたら、すぐにトイレに行きます。
- 出はじめの尿を 少し流してから、プラスチックコップで尿をとります。
- スポイトを使い、採尿管の 1番上の線まで尿を入れてください。
- 採尿管のふたを しっかり閉め、茶色の袋に 入れてください。
- 家から ビニール袋などに 包んで来た人は、袋から出してください。
- 自分で直接「IF玄関」の回収袋へ 提出してください。
- 名簿に『✓』をつけてください。



★ 提出日：5月11日(水) ※予備日5月12日(木)

提出時間：16:00~18:20まで

提出場所：IF 玄関

※生理の場合は 二次検査(5/24(火))に提出します。提出場所で 養護教諭に 報告してください。

※腎疾患や糖尿病などで 治療を受けている人は「病名」「治療中」であることを 報告してください。

5月19日(木)耳鼻科検診では

こんなことを調べています

17:30~



こんな順番で調べます

① 最初に耳を調べます(右→左の順)



こんなことをみています

- 耳の中が赤くなったり、はれたりしていないか
- 耳の中がジクジクしていないか
- こまくはきれいか
- 耳垢はたまっていないか



② 次に鼻を調べます



こんなことをみています

- 鼻水が多すぎないか
- ねばりのある鼻水がでていないか
- 鼻づまりはないか



③ 最後に口を開けてのどを調べます

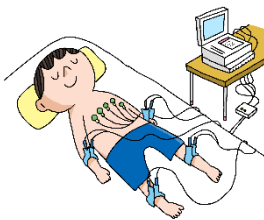


こんなことをみています

- のどの奥が赤くなったり、はれたりしていないか

心臓検診 Examination of heart

心臓がきちんと働いているかを、心電計という機器を使って、くわしく検査します。

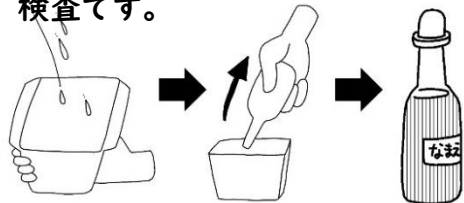


17:00

5月25日(水): 新入生
Freshman (1年生・3年生)

尿検査(2次検査) Urinalysis (Secondary inspection)

1回目に提出できなかった人や、1次検査で引っかかった人がする検査です。



5月24日(火): 対象者のみ
Only the students who are told submit.